



Välkommen till

Kexholms SK:s orienteringsträning

hösten 2017

Träningen kommer vara uppdelad i 2 olika grupper. En nybörjargrupp för de minsta barnen och en fortsättningsgrupp för de som lärt sig grunderna och vill lära sig mer.

Tid: Torsdagar klockan 18:00 förutom vissa då vi börjar 17:45

Plats: **31 aug** Elljusspåret KI 18:00

7 sept Lilla gruppen elljusspåret KI 18:00

Stora gruppen elljusspåret KI 17:45 eller Hackhylte 18:00

14 sept Lilla gruppen elljusspåret KI 18:00

Stora gruppen elljusspåret eller Annas ladugård KI 18:00

21 sept Elljusspåret eller Brunnsparken KI 18:00 (båda grupperna)

28 sept Elljusspåret eller vid skolan KI 18:00

Innehåll/mål: målet är att alla skall ha roligt och känna en bra gemenskap med varandra, ledarna och den övriga klubben. Verksamheten riktar sig främst till barn från 6 år och uppåt. Barnen i **nybörjargruppen** kommer leka många roliga orienteringsinspirerande lekar i skogen. De kommer att lära sig kartans färger och olika karttecken, öva upp motoriken och känna sig trygga i att vistas i skogen. Vi ser gärna att de föräldrar som har barn i denna gruppen är närvarande och hjälper till under träningen.

I **fortsättningsgruppen** kommer vi att springa enkla banor och barnen lär sig att ta sig fram längs tydliga ledstänger, ex stigar och åkerkanter med hjälp av karta. De äldre kommer att fördjupa sig i olika orienteringstekniker, prova på svårare moment och lära sig använda kompassen. Vi ser gärna att de föräldrar som har möjlighet är närvarande under träningen. Ni får möjlighet att utveckla er orientering samtidigt som ni hjälper oss ledare att bedriva träningen under så bra former som möjligt.

Utrustning: Vi kommer att vara ute i skogen varje gång. Ta kläder efter väder.

Träningsoverall och oömma träningsskor är bra (heltäckande klädsel, kortärmat går bra.)

Ytterligare info:

Våra karuseller (närtävling) är tisdagen den den 29/8 i Åseda (Kullebo) och 5/9 i Alstermo.

Kontaktpersoner: Carin och Urban: 070-6797414, 072-2159722
Mats och Ulrika: 070-9183192, 070-8746630
Mariann och Leif: 073-4058325, 0474-50026
Anna: 070-8709157, 0474-12277,
Björn: 070-5872911, 0474-71163,
Anders: 0474-10784
Magnus: 070-4978322
Alexander: 073-5034244

Vi ses i skogen!

www.kexholmssk.se